

Jadłospis

Od 9 grudnia 2019 r. do 13 grudnia 2019 r.

Poniedziałek 9 grudnia 2019 r.

Kwaśnica z pieczoną połówką, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i kminkiem,
Chleb ziarnisty

Makaron z białym serem i miodem

DESER – serek waniliowy z płatkami owsianymi, truskawkami i kiwi

Herbata z cytryną i miodem

Wtorek 10 grudnia 2019 r.

Zupa jarzynowa z kalafior, brokułem, brukselką, zielonym groszkiem, marchewką, pietruszką,
porem, selerem i zielenią

Bitki wieprzowe w sosie własnym, Kaszotto z kaszy bulgur, gryczanej, jaglanej i pęczaku

Dodatki do obiadu – kiszony ogórek, pomidorki koktajlowe ze szczypiorkiem, kukurydza

Zdrowa przekąska – orzechy włoskie, żurawina, pomelo, gruszka, marchewka słupek

Kompot z wiśni, aronii, czarnych porzeczek i truskawek

Środa 11 grudnia 2019 r.

Fasolka po bretońsku z dużej fasoli „Jaś” z mięsem wołowo – wieprzowy, z pomidorami, marchewką,
pietruszką, porem, selerem, cebulka

Bułeczki do wyboru – grahamka, ziarnista, bagietka

Sok świeżo wyciskany z marchewki i pomarańczy

Czwartek 12 grudnia 2019 r.

Rosół drobiowy z makaronem, z marchewką, pietruszką, porem, selerem, świeża natką

Nuggetsy pieczone w sezamie, ziemniaki z koperkiem

Zielona sałatka – z sałaty masłowej z prażonymi ziarnami słonecznika, tartą rzodkiewką i
dresingiem jogurtowo – jajecznym

Kompot z czarnej porzeczki

Piątek 13 grudnia 2019 r.


Zupa pomidorowa z ryżem, z pomidorami, marchewką, pietruszką, selerem, porem
i świeżą natką, chleb górski z ziarnami

Ryba Miruna zapiekana z cebulką i jabłkami, ziemniaki całe z koperkiem,

Warzywa gotowane na parze – brukselka, fasolka szparagowa zielona i żółta, mini marchewki,
kalafior

DESER – szarlotka w pucharku z prażonych jabłek, z musem mascarpone, gorzką czekoladą

Herbata z cytryną



Szkoła zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie. W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do herbaty lub kompotu. Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych posiłków, gramatura i kaloryczność udostępniane są w szkole na tablicy jadłospisów, stronie internetowej lub u intendenta placówki.